

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal merupakan keadaan ketika fungsi ginjal menurun sehingga tidak mampu menjaga stabilitas cairan dan elektrolit yang tidak lagi efektif menjalankan aktivitas metabolik tubuh. Akibatnya, terjadi penumpukan zat sisa dalam tubuh yang seharusnya dikeluarkan, dan hal ini dapat menyebabkan uremia. Salah satu penatalaksanaan gagal ginjal kronik yaitu terapi hemodialisa yang harus dijalankan secara teratur dan diterapkan dua kali seminggu dengan durasi sekitar 4 jam setiap sesinya (Faruq et al., 2020; Hizkia et al., 2022). Penderita gagal ginjal kronik perlu menyesuaikan gaya hidup sehari-hari, termasuk rutin mengonsumsi obat, membatasi asupan cairan, serta menghadapi keterbatasan fisik dan nutrisi. Selain itu, mereka juga kerap mengalami gangguan dalam kehidupan sosial dan keluarga, yang dapat memperparah kondisi fisik dan emosional, serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan. Perubahan hidup tersebut dapat memicu stres yang menyebabkan gangguan *psychological well being* dalam menerima kondisinya saat ini yang merupakan salah satu domain dalam kualitas hidup pada pasien (Amna et al., 2022).

Data WHO pada tahun 2021, sekitar 10% populasi dunia menderita gagal ginjal kronik, namun hanya 1,5 juta orang yang menerima pengobatan yang efektif. Di Indonesia, prevalensi gagal ginjal kronik tercatat sebesar 1,8% pada tahun 2013 dan terjadi peningkatan pada tahun 2018 menjadi 3,8% (Rosdiana

et al., 2022). Jumlah pasien yang menjalani hemodialisis terus meningkat setiap tahunnya, tahun 2017 terdapat 77.892 orang dan sejumlah 132.142 orang pada tahun 2018. Di Jawa Timur, frekuensi kejadian gagal ginjal kronik pada populasi usia lebih dari 15 tahun sebanyak 113.045 pasien (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Dari hasil pencatatan medis di RSUD dr Abdoer Rahem Situbondo pada 26 November 2024, tercatat 9.116 kasus gagal ginjal kronik, dengan 108 pasien menjalani hemodialisis secara rutin.

Hasil wawancara dengan perawat ruang hemodialisis mengungkapkan bahwa pasien dengan terapi hemodialisa mengalami masalah psikologis karena harus menjalani terapi tersebut selama masa hidupnya. Temuan dari hasil wawancara pada pasien menunjukkan bahwa 5 dari 10 pasien merasa lelah dan jenuh menjalani hemodialisa karena terbatasnya aktivitas mereka. Penelitian oleh Nurhaeda et al. (2023) menemukan bahwa pasien sering mengalami fase penolakan yang berupa emosi seperti kemarahan dan kecemasan. Penerimaan diri yang baik berperan dalam meningkatkan *psychological well being* serta kualitas hidup pasien, dari 153 responden didapatkan sebanyak 88 responden memiliki *self acceptance* yang baik, sementara 65 responden lainnya memiliki *self acceptance* kurang baik.

Terapi hemodialisa menjadi keharusan seumur hidup bagi pasien gagal ginjal kronik. Kebiasaan hidup sehari-hari pada pasien mengalami perubahan yang dapat memperburuk gejala fisik, emosional bahkan kualitas hidup. Hasil studi yang dilaksanakan oleh Sari et al. (2022) didapatkan sejumlah 29 responden menunjukkan bahwa pasien dengan durasi hemodialisis ≤ 1 tahun sebanyak (61,5%) memiliki kualitas hidup buruk, sementara yang menjalani > 1

tahun sebanyak 13 (81,2%) memiliki kualitas hidup sedang. Penurunan kualitas hidup pasien gagal ginjal kronik mayoritas terjadi pada domain fisik dan psikologisnya (Irene et al., 2022). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa *psychological well being* menjadi salah satu penyebab pasien gagal ginjal kronik mengalami penurunan kualitas hidupnya.

Psychological well being adalah kemampuan individu dalam mencapai perkembangan psikologisnya secara penuh. Konsep ini bersifat multidimensional, yang berarti mencakup berbagai aspek, seperti penerimaan diri sendiri (*self acceptance*), mempunyai kemandirian (*autonomy*), memiliki hubungan positif pada orang lain (*positive relation with others*), mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitar (*environmental mastery*), mempunyai rencana hidup (*purpose in life*), mampu meningkatkan kualitas diri (*personal growth*) (Amna et al., 2022). Adapun aspek yang mempengaruhi *psychological well being* seseorang meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, dukungan sosial, aspek religius, status sosial ekonomi, serta tingkat stres yang dialami (Abraham & Aryanti, 2024; Nurhaeda et al., 2023).

Stres merupakan reaksi fisik dan emosional tubuh terhadap tekanan yang timbul akibat perubahan lingkungan yang menuntut penyesuaian diri. Kondisi ini muncul saat individu merasakan adanya stresor yang dianggap sebagai ancaman, sehingga dapat menimbulkan perasaan cemas. Khususnya bagi pasien gagal ginjal kronik, stres sering kali timbul apabila mereka kesulitan beradaptasi dan menerima perubahan kehidupan yang drastis akibat penyakitnya, stres kerap terjadi pada empat bulan pertama setelah pasien memulai terapi hemodialisis (Syahrizal et al., 2020). Dari hasil studi

Triesnawati et al. (2023) dari 120 responden didapatkan pasien gagal ginjal dengan terapi hemodialisa sejumlah 56 orang (46,7%) mengalami stres sedang, sejumlah 55 orang (46,8%) mengalami stres berat, dan sejumlah 9 (7,5%) mengalami stres ringan. Temuan tersebut didukung oleh Syahrizal et al. (2020) sejumlah 27 orang (57,5%) dari 47 pasien dengan terapi hemodialisa mengalami stres sangat berat.

Studi yang dilaksanakan oleh Rohaeti et al. (2021) didapatkan sejumlah 81% pasien gagal ginjal kronik mengalami reaksi emosional negatif setelah mendapatkan diagnosis penyakit tersebut. Pelepasan hormon kortisol yang dipicu oleh peningkatan aktivitas saraf simpatik menyebabkan seseorang mengalami stres yang tinggi. Hal tersebut dapat mempengaruhi fungsi otak di area *amigdala* yang mengatur respons emosional, menjadi terlalu aktif, sehingga pasien lebih mudah merasa cemas, takut, atau tertekan dan *prefrontal cortex* yang berperan dalam mengambil keputusan dan pengendalian diri menjadi tidak optimal. Akibatnya, pasien sering mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, menghadapi masalah, atau merencanakan langkah adaptif untuk mengatasi situasi yang mereka hadapi. Stres yang berkepanjangan juga dapat mempengaruhi strategi koping pasien yang berpengaruh pada *psychological well being* dan memperburuk kualitas hidupnya (Irene et al., 2022; Nurhaeda et al., 2023; Rohaeti et al., 2021).

Stres yang dialami individu dapat mempengaruhi kondisi fisik maupun psikologisnya, hal tersebut mengindikasikan adanya hubungan antara tingkat stres dengan *psychological well being* seseorang. Ketika stres tidak dikelola dengan efektif, kualitas hidup pasien dapat menurun, dan mereka lebih rentan

terhadap gangguan *psychological well being*. Pasien gagal ginjal kronik biasanya cenderung mengatasi stres dengan dukungan sosial yang kuat memberikan kenyamanan emosional dan sosial. Selain itu, pendidikan pasien mengenai penyakit dan pengobatannya dapat mengurangi kecemasan pasien. *Psychological well being* yang baik akan membantu pasien menghadapi tekanan emosional dengan lebih baik, memungkinkan mereka untuk menerima kondisi mereka dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Seseorang mengalami peningkatan tingkat stres akan mengalami penurunan *psychological well being*, begitupun sebaliknya (Sidabutar, 2024).

Uraian diatas menggambarkan adanya hubungan tingkat stres dan *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo. Temuan dalam studi ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan mengenai pentingnya pengelolaan stres dalam upaya meningkatkan *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Pasien gagal ginjal kronik harus melakukan terapi hemodialisa selama hidupnya dan menghadapi berbagai perubahan dalam gaya hidup sehari-hari, seperti pembatasan fisik, sosial, dan emosional, yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien serta meningkatkan risiko stres dan gangguan *psychological well being*. Penelitian sebelumnya menunjukkan

bahwa kualitas hidup pasien berbeda-beda tergantung pada durasi terapi hemodialisa, dengan tingkat stres yang bervariasi, serta reaksi emosional negatif yang sering muncul akibat kesulitan menerima kondisi penyakit kronis. Tingginya tingkat stres memicu aktivitas sistem saraf simpatik dan peningkatan hormon kortisol, yang berdampak pada fungsi otak sehingga pasien sulit mengelola emosi dan maladaptif terhadap kondisinya yang pada akhirnya semakin menurunkan kualitas hidup mereka dan memperburuk *psychological well being* pasien.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo?
- b. Bagaimana *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo?
- c. Bagaimana hubungan tingkat stres dengan *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan tingkat stres dengan *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat stres pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo.
- b. Mengidentifikasi *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo.
- c. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik di Ruang Dialisis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo.

D. Manfaat Penelitian

1. Instansi Rumah Sakit

Penelitian ini dapat meningkatkan kualitas layanan kesehatan psikologis dalam hal manajemen stres dan kualitas *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik.

2. Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan tenaga kesehatan mengenai pengaruh stres terhadap *psychological well being* pasien, serta mendorong untuk mendukung psikologis pasien gagal ginjal kronik dengan optimal.

3. Responden Penelitian

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran pasien gagal ginjal kronik mengenai pentingnya manajemen stres dalam menjaga *psychological well being* mereka.

4. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi penunjang dalam memperluas penelitian selanjutnya khususnya tentang hubungan tingkat stres dengan *psychological well being* pada pasien gagal ginjal kronik.

